



Telecuidado farmacêutico no enfrentamento à pandemia de COVID-19: Acompanhamento, acolhimento e incorporação das Práticas Integrativas e Complementares em Saúde no autocuidado

Andréa Pereira de Souza¹, Carolina Nunes Vieira¹, Sarah Nideck Ferreira de Faria¹, Thamires Lopes da Silva¹, Mariana Viana Alves Pereira¹, Bettina Monika Ruppelt¹, Sabrina Calil-Elias¹, Gleyce Moreno Barbosa²

Resumo: A pandemia de COVID-19 acarretou mudanças significativas para a humanidade. Devido ao distanciamento social, grande parcela da população brasileira percebeu a redução de acesso a serviços básicos de saúde. Considerando este contexto, e o papel da universidade em trazer benefícios à sociedade, foi realizado um projeto de extensão, composto por alunos de graduação e docentes da Faculdade de Farmácia, para a realização do telecuidado farmacêutico, com orientações relacionadas às Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS). Neste relato foi descrita a condução da experiência na extensão, que ocorreu entre agosto de 2020 a janeiro de 2021, com o apoio de bolsas para os alunos de graduação. O projeto foi divulgado por mídia social. Foram realizados quatro atendimentos, utilizando formulários estruturados. Após acolhimento inicial, no terceiro atendimento eram realizadas orientações sobre as PICS, que poderiam ser utilizadas de acordo com a facilidade, condições de saúde e disponibilidade do indivíduo atendido em realizar as orientações. No quarto atendimento, o indivíduo fornecia um feedback sobre a efetiva realização das práticas, e a sua percepção em relação a sua saúde. As PICS promovidas foram: meditação, exercícios de respiração baseados em yoga, exercícios para as articulações baseados em yoga, aromaterapia, terapia floral, reiki e orientação sobre o uso de plantas medicinais. A equipe avaliou cuidadosamente as intervenções mais adequadas para cada caso. Este trabalho demonstrou o importante papel do farmacêutico no cuidado em saúde, e na área das PICS, considerando, inclusive, a possibilidade de realizar orientações específicas para o autocuidado no formato de teleatendimento.

Palavras-chave: Promoção da Saúde; Qualidade de Vida; Medicina Integrativa; Cuidados Farmacêuticos

Pharmaceutical telecare in coping with the COVID-19 pandemic: Monitoring, welcoming, and incorporating Integrative and Complementary Health Practices in self-care

Abstract: The COVID-19 pandemic has brought about significant changes for humanity. Due to social distancing, a large portion of the Brazilian population has noticed reduced access to basic health services. Considering this context and the university's role in bringing benefits to society, an extension project was carried out by undergraduate students and professors from the Faculty of Pharmacy to implement pharmaceutical telecare with guidelines related to Integrative and Complementary Practices in Health (PICS). In this report, the conduct of the extension experiment is described, which took place between August 2020 and January 2021, with the support of scholarships for undergraduate students. The project was publicized via social media. Four consultations were performed using structured forms. After initial consultations, in the third telecare session, guidance was provided on PICS, which could be used according to the individual's ease, health conditions, and availability to perform the orientations. In the fourth telecare session, the individual provided feedback on the effective performance of the practices and their perception of their health. The PICS promoted included meditation, yoga-based breathing exercises, yoga-based joint exercises, aromatherapy, flower therapy, Reiki, and guidance on using medicinal plants. The team carefully evaluated the most appropriate interventions for each case. This study demonstrated the vital role of the pharmacist in health care and PICS, considering the possibility of providing specific guidance for self-care in the telecare format.

Keywords: Health Promotion; Quality of Life; Integrative Medicine; Pharmaceutical Care

Originais recebidos em
31 de agosto de 2023

Aceito para publicação em
08 de agosto de 2025

1

Faculdade de Farmácia,
Universidade Federal
Fluminense (UFF), Niterói, Rio
de Janeiro, Brasil.

2

Faculdade de Farmácia,
Universidade Federal
Fluminense (UFF), Niterói, Rio
de Janeiro, Brasil.

(autora para correspondência)

gleycemorenobarbosa@id.uff.br

Introdução

O conceito de cuidado farmacêutico teve origem na década de 1960, nos Estados Unidos, quando Hepler e colaboradores demonstraram que a atividade clínica do farmacêutico implica na redução de custos, melhorando os resultados com a terapia medicamentosa, promovendo o uso adequado e seguro dos medicamentos (Hepler & Strand, 1990; Lobato et al., 2019; Novaes et al., 2020).

Contudo, somente em 2013 o Conselho Federal de Farmácia brasileiro definiu com clareza as atribuições clínicas do farmacêutico por meio da Resolução nº 585, de 29 de agosto de 2013 (Conselho Federal de Farmácia [CFF], 2013). A Lei nº 13.021, de 8 de agosto de 2014, consolida as funções do farmacêutico clínico. Estas legislações resgataram o papel deste profissional no cuidado direto ao paciente, como acontecia no início do século passado nas antigas boticas. Desta forma, o cuidado farmacêutico tem por objetivo principal contribuir para a melhora da qualidade de vida do paciente, promovendo o uso adequado dos medicamentos, identificando de forma precoce e minimizando os problemas associados à terapia medicamentosa, aumentando assim a segurança do paciente (Lobato et al., 2019; Novaes et al., 2020). Dentro das atividades do cuidado farmacêutico também se encontra a educação em saúde e a orientação/indicação de tratamentos da medicina tradicional, complementar e integrativa.

A lei federal brasileira 8.080 de 1990 estabelece o Sistema Único de Saúde (SUS) e determina que estão incluídas no conceito de saúde ações destinadas a garantir o bem-estar físico, mental e social às pessoas ou à comunidade. Nesse âmbito, as Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS), também conhecidas internacionalmente como Medicinas Tradicionais, Complementares e Integrativas (MTCI), buscam promover o estado de saúde do indivíduo, minimizando a instalação de doenças e reduzindo a chance de agravos. Quando as enfermidades aparecem, as PICS buscam tratar em todas as esferas de causa-efeito, abarcando todas as dimensões de vida do sujeito que influenciam a dinâmica de saúde-doença e estimulando o autocuidado (Telesi, 2016; Ministério da Saúde, 2022). Atualmente há 29 PICS inseridas na Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC), que tem como principais diretrizes aumentar a resolutividade dos problemas de saúde, por meio da integração do modelo convencional de cuidado ao uso de racionalidades com olhar e atuação mais ampliados, agindo de forma integrada e complementar no diagnóstico, na avaliação e no cuidado (Ministério da Saúde, 2022).

A pandemia de COVID-19, somada ao isolamento social e questões socioeconômicas mundiais, desencadeou diversos processos de desequilíbrio na saúde física, mental e emocional dos indivíduos, contribuindo principalmente para o aumento de transtornos de saúde mental como depressão e ansiedade (Cardoso, 2023). Diversos estudos durante esse período evidenciaram que as PICS, como meditação, acupuntura e yoga auxiliaram na redução de sintomas e na melhora da saúde mental. Além disso, uma pesquisa nacional coordenada pela Fiocruz, realizada durante o primeiro ano da pandemia de Covid 19, mostrou que 61,7% dos brasileiros utilizaram PICS em sua rotina de autocuidados e entre os participantes que já faziam o uso das práticas, 25% praticavam de quatro a mais PICS em suas rotinas (Observatório Nacional de Saberes e Práticas Tradicionais, Integrativas e Complementares em Saúde [ObservaPICS], 2021).

Deste modo, diversas iniciativas foram realizadas em associações e instituições de diferentes origens (inclusive instituições relacionadas à educação), a fim de contribuir com a saúde, por meio de atendimentos individualizados ou vivências em grupo, com o principal objetivo de minimizar o impacto da pandemia. A Universidade Federal Fluminense (UFF) também realizou iniciativas neste sentido, contribuindo com a comunidade interna, servidores e alunos, e com a comunidade não acadêmica.

No contexto das PICS, atualmente se destaca o conceito de medicina integrativa, que visa aliar a medicina convencional com as MTCI. Um exemplo significativo é a área de oncologia integrativa, na qual são combinadas terapias complementares não farmacológicas com cuidados oncológicos convencionais para atender às necessidades físicas, psicológicas e espirituais dos pacientes e ainda, reduzir a carga de sintomas e melhorar a qualidade de vida (Deng & Cassileth, 2014). Nesse âmbito, uma série de estudos de oncologia integrativa mostra os impactos benéficos das PICS, podendo auxiliar em diversas formas no autocuidado e no bem-estar emocional, tais como: a utilização de Reiki para diminuição do estresse em pacientes com câncer (Yüce & Tasci, 2021), o uso de abordagens mente-corpo como *mindfulness* e yoga na melhora do sono e na redução da ansiedade, angústia, e depressão; e a acupuntura como ferramenta para reduzir ansiedade e os sintomas gastrointestinais provocados pela quimioterapia (Ben-Arye et al., 2011; Deng & Cassileth, 2014).

Criado justamente devido à pandemia de COVID-19, que promoveu o distanciamento social e, consequentemente, o acesso reduzido a serviços de saúde presenciais, foi desenvolvido um projeto de extensão para promover o cuidado farmacêutico e o acolhimento a indivíduos da comunidade interna e externa da UFF, a fim de realizar o cuidado farmacêutico e orientações sobre autocuidado por meio das PICS. Portanto, o presente trabalho tem como objetivo relatar a experiência desse projeto por meio de metodologia estruturada para o telecuidado farmacêutico.

Metodologia

Desenho do estudo

Trata-se de um estudo do tipo relato de experiência de um projeto de extensão desenvolvido pela Faculdade de Farmácia da Universidade Federal Fluminense (UFF). Foi uma ação de abrangência nacional, pois as atividades foram realizadas na modalidade *online*. Houve limite de vagas para 72 pessoas. O período de realização do projeto foi de agosto/2020 a janeiro/2021, e foi divulgado através dos canais de comunicação da UFF, assim como pelas equipes docente e discente.

O público-alvo incluiu indivíduos com idade superior a 18 anos, que estavam realizando uso contínuo de medicamentos. No entanto, foram priorizados inscritos no projeto com menor renda, e idosos que normalmente utilizam muitos medicamentos, o que é conhecido como polifarmácia (Chiabai et al., 2023). Quando preenchidas as vagas por estes grupos prioritários, as demais foram destinadas a indivíduos não caracterizados nestes grupos, por ordem de inscrição, e considerando pessoas que estavam utilizando medicamentos, para que fosse realizado o cuidado farmacêutico oferecido à comunidade interna e externa da UFF.

As inscrições ocorreram de 15 de agosto de 2020 até 15 de novembro de 2020, e foram realizadas por meio de formulário eletrônico, divulgado pelas mídias digitais. Os interessados preencheram os formulários e a equipe entrou em contato com os inscritos para agendar os atendimentos.

A equipe do projeto consistiu em docentes da Faculdade de Farmácia, as quais integraram as suas experiências com quatro alunas de graduação de Farmácia, para a realização dos atendimentos. Deste modo, a equipe docente organizou os questionários para a aplicação e as alunas puderam acompanhar as atividades quanto: (1) ao emprego das perguntas; (2) ao acolhimento e à importância da escuta; (3) ao acompanhamento; (4) às informações sobre as PICS; (5) às bases de dados relacionadas a medicamentos alopatônicos, como Medscape®, na qual podem ser pesquisadas interações medicamentosas.

Este projeto foi contemplado em um edital interno da universidade (Edital PROSSI-PROGRAD-PROEX/UFF Nº 04/2020), proporcionando bolsas às alunas de graduação, e a continuidade do projeto, a partir do ano de 2022, também foi apoiada com bolsa de extensão pela Pró-Reitoria de Extensão (PROEX) da universidade.

Cuidado farmacêutico e acompanhamento dos pacientes

Cada participante recebeu 4 atendimentos (Figura 1), realizados quinzenalmente, organizados da seguinte forma:

- (1) acolhimento inicial e preenchimento do questionário com as informações relatadas pelos participantes (estado de saúde física, mental e emocional);
- (2) acolhimento, questionamentos adicionais sobre os aspectos discutidos entre a equipe do projeto, a fim de esclarecer pontos abordados no primeiro atendimento, e realização de orientações iniciais;
- (3) orientações sobre autocuidado utilizando as PICS;
- (4) *feedback* dos participantes sobre as orientações transmitidas e se conseguiram incluir alguma(s) prática(s) em sua rotina.

No final de cada ciclo, foi realizada a autoavaliação pela equipe, a fim de verificar os aspectos que poderiam ser ajustados ou melhorados durante o processo.

Após a discussão e acordo da equipe, foram selecionadas as seguintes PICS: meditação, exercícios de respiração e exercícios para as articulações baseados em práticas de yoga. Para essas 3 práticas foram gravados vídeos e áudios para que os indivíduos pudessem incluí-las na rotina, além de ser fornecido documento com orientações por escrito. Todos estes materiais foram disponibilizados por meio de pasta em nuvem eletrônica. Foram feitas também indicações quanto ao uso de óleos essenciais e de florais. O indivíduo optava e verificava se tinha possibilidade de adquirir óleo essencial ou floral, visto que os atendimentos eram todos *online*, não havendo a disponibilidade naquele momento de enviar esses materiais aos atendidos. Adicionalmente, houve orientação quanto ao uso de plantas medicinais no formato de chás, considerando o que era mais acessível aos indivíduos (Tabela 1).

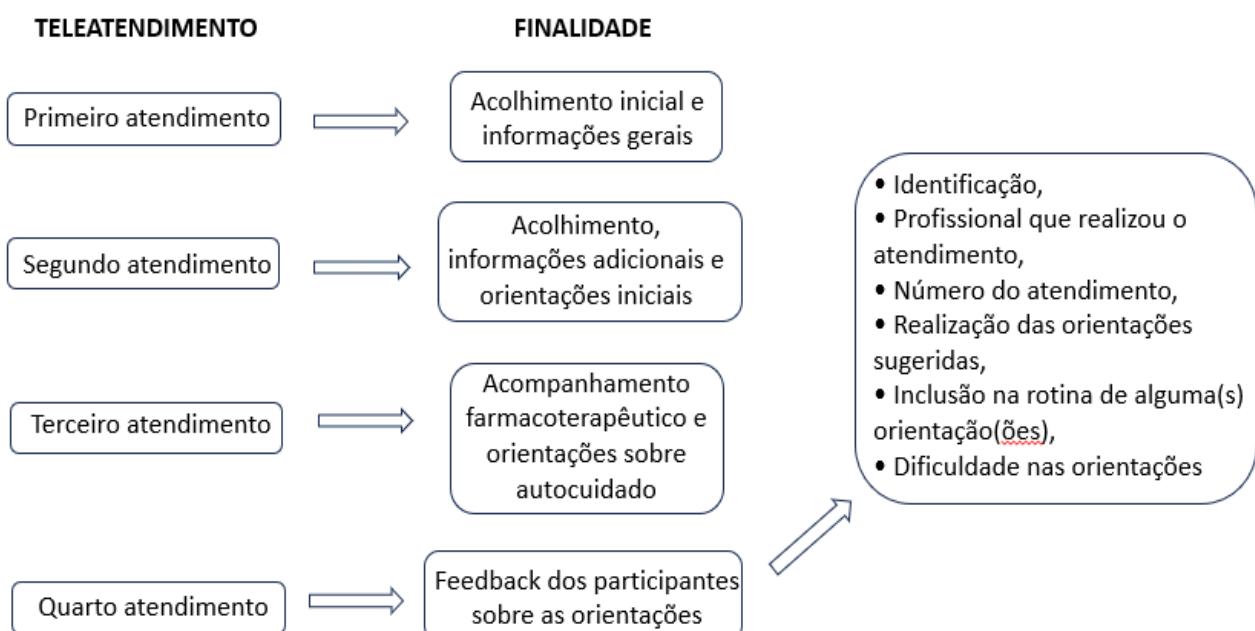


Figura 1. Etapas do teleatendimento no projeto “Cuidado Farmacêutico”. Faculdade de Farmácia/UFRJ, Niterói, RJ.

Tabela 1. Tabela representativa com as principais orientações para a promoção do autocuidado do projeto “Cuidado Farmacêutico”. Faculdade de Farmácia/UFF, Niterói, RJ.

Medicamentos	Evite automedicação. Beba água ao utilizar os medicamentos. Utilize seus medicamentos no horário prescrito pelo médico.
Recomendações adicionais	Realizar atividade física com acompanhamento profissional. Beber bastante água durante o dia, em pequenos goles. Verificar diariamente a quantidade de água consumida: encher uma garrafa com 1,5 litro (ou 2 litros) de água e consumir a partir desta garrafa durante o dia. Não se limitar a esta quantidade. Caso termine durante o dia, encher novamente a garrafa e acompanhar o consumo.
Chás	Via oral: (aqui foram apresentadas orientações sobre o preparo dos chás recomendados individualmente, assim como a forma diária de uso, e o período máximo de utilização).
Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS)	Exercícios direcionados às articulações. Automassagem. Meditação. Exercícios respiratórios antes de dormir. Floral.

Relato de Experiência

A ação atingiu o público pretendido com 90 inscritos e 41 participantes atendidos. O público-alvo inicialmente previsto eram residentes nas cidades de Niterói, São Gonçalo e Rio de Janeiro, no entanto, pessoas de outros estados também participaram porque foi desenvolvido de forma *online*. Alguns indivíduos não retornaram o contato inicial, e outros descontinuaram o acompanhamento durante os atendimentos. O primeiro formulário abordava aspectos importantes, como a principal queixa do participante, assim como questionava se o indivíduo apresentava hipertensão, diabetes e transtornos de humor. Esse trabalho foi caracterizado predominantemente como extensão, prevendo possibilidade futura de utilizar uma metodologia semelhante para pesquisa, integrando-se à extensão universitária.

É importante ressaltar que este estudo não interferiu na terapia medicamentosa dos participantes prescrita por outros profissionais. No entanto, caso fosse detectada alguma inconsistência na terapia medicamentosa era solicitado o contato do prescritor, para comunicação da situação, a fim de auxiliar o tratamento do indivíduo. Por outro lado, quando o contato do prescritor não estava disponível, era sinalizado ao paciente ou ao cuidador que comunicasse ao prescritor as inadequações observadas.

As orientações em relação ao autocuidado foram muito positivas, pois os participantes davam *feedback* de que se sentiam mais calmos, e apresentavam melhora em relação aos problemas de insônia, por exemplo. Ressalta-se que, devido à pandemia, muitos participantes apresentavam indicativo de questões relacionadas à saúde mental. Quando a equipe identificava isso, eram indicados *links* e contatos de atendimento psicológico

gratuito, que foram amplamente divulgados durante este período. Além disso, a equipe percebeu a necessidade de recomendar a alguns participantes que buscassem também outros profissionais de saúde, como nutricionistas, visto que foram detectados distúrbios alimentares em determinados casos. De forma geral, o retorno dos participantes que concluíram os quatro atendimentos foi positivo, pois relataram que as estratégias de autocuidado relacionadas às PICS proporcionaram benefícios em seu quadro geral de bem-estar.

Foi possível o acolhimento com escuta ativa, além da avaliação sobre a farmacoterapia. Durante os atendimentos foi possível identificar interações medicamentosas, uso inadequado de medicamentos e, por meio de escuta acolhedora, foram feitas as orientações para o uso correto dos medicamentos.

Satisfatoriamente, as estudantes demonstraram interesse pelo projeto, e forneceram um retorno positivo em relação as suas participações. A partir dos atendimentos realizados, as alunas bolsistas estudaram e discutiram semanalmente cada caso com a equipe docente, possibilitando, consequentemente, que os acompanhamentos fossem de qualidade. A seguir, destacam-se os principais trechos dos depoimentos das alunas:

"Desde os primeiros dias de desenvolvimento, senti que este foi um projeto que me trouxe muitos desafios no âmbito profissional, visto que estava na reta final da minha graduação. Estava também em transição para uma profissional farmacêutica pronta para a atuação, mas com pouca experiência com atenção farmacêutica e, com isso, diversas inseguranças. Não tão somente no profissional, também me trouxe desafios pessoais, na minha forma de agir, comunicar e atingir outras pessoas, e estes desafios com certeza me tornaram uma profissional e uma pessoa melhor ao fim de todo o processo." (aluna 1)

"Ao longo dos atendimentos e posteriormente com a discussão do caso de cada paciente com as professoras, consegui relacionar e entender melhor a ação e o efeito do medicamento nos pacientes, com suas particularidades. Participar deste projeto foi uma experiência incrível e muito enriquecedora para minha vida profissional e pessoal." (aluna 2)

"Confesso que o mais interessante de toda essa jornada foi escutar a história de vida de cada participante, vê-los se emocionar, rir e se dedicar para seguir os planos de cuidado pensados com todo carinho e amor, de maneira individualizada. Principalmente, me senti extremamente honrada e feliz pela confiança depositada no nosso trabalho e, acompanhar a evolução deles durante os 4 atendimentos realizados. Não tenho dúvidas que o projeto fez diferença na vida de cada participante, tanto pela identificação de problemas relacionados a medicamentos quanto pela implantação das PICS na rotina de cada um dos participantes, focando no seu autocuidado. Nessa perspectiva, o projeto me possibilitou mergulhar no universo das PICS, descobrir sua importância como excelente ferramenta de promoção de autocuidado e enriquecer ainda mais minha jornada acadêmica e como uma futura profissional farmacêutica." (aluna 3)

"Durante e ao término dos atendimentos conseguimos observar uma maior adesão e melhoria da saúde física e mental de alguns pacientes, podendo considerar que a maior adesão ao tratamento foi por terem suas dúvidas sanadas. Observando assim, a importância da assistência farmacêutica no acompanhamento de tratamentos. Além disso, como aluna e participante dos atendimentos, foi um projeto enriquecedor para a vida profissional, dando maiores experiências para seguir em áreas de atendimento e podendo saber algumas particularidades de medicamentos que "deixamos passar" no dia a dia." (aluna 4)

Correlacionando com o ensino de graduação em Farmácia, este projeto está vinculado diretamente a disciplinas obrigatórias e essenciais no curso, como Farmacologia. Além disso, também envolveu aprendizados relacionados às disciplinas optativas de Fitoterapia e Introdução às Práticas Integrativas e Complementares em Saúde. Dessa forma, as alunas bolsistas puderam aprofundar seus conhecimentos, e desenvolver habilidades

e competências em relação a estas disciplinas e às atribuições clínicas do farmacêutico. Conforme os relatos anteriores, as alunas bolsistas vivenciaram a experiência do projeto de forma positiva.

Para este projeto, foi desenvolvida uma metodologia de atendimento bastante diferenciada em relação a ações e projetos desenvolvidos previamente pelas professoras pertencentes à equipe. Essa metodologia tratava-se da realização de atendimentos farmacêuticos, com orientação sobre o uso de medicamentos e sobre ferramentas simples direcionadas ao autocuidado em saúde. As informações preliminares do projeto foram apresentadas no Catálogo de Tecnologias Sociais da UFF (Figura 2), na Semana de Extensão da UFF, e em áudio no V Meeting Nacional de Farmácia Clínica (2021), assim como em vídeo no canal do Youtube do Grupo Interdisciplinar de Pesquisa, Ensino, Tecnologia e Inovação em Saúde (GIPETIS) da UFF (Figura 3).

CUIDADO FARMACÊUTICO NO ENFRENTAMENTO À PANDEMIA DE COVID-19: ACOMPANHAMENTO, ACOLHIMENTO E ESTRATÉGIAS PARA AUTOCUIDADO

A pandemia de COVID-19 proporcionou impacto significativo e alterações importantes na rotina da população mundial, afetando a saúde física, mental e emocional. Com isso, novas estratégias precisaram ser construídas, a fim de possibilitar o acompanhamento dos indivíduos em relação à saúde. Como profissional com conhecimento aprofundado em medicamentos, o farmacêutico é capaz de realizar o acompanhamento da terapia medicamentosa, fornecendo informações essenciais sobre o uso racional de medicamentos, além de promover outras estratégias de cuidado em saúde, incluindo orientações sobre o autocuidado baseadas em Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICs). Este formato de atuação do farmacêutico se ampliou nos últimos anos, a partir de resoluções do Conselho Federal de Farmácia referentes à atuação clínica deste profissional.



Criado justamente devido à pandemia de COVID-19, que promoveu o distanciamento social e, consequentemente, o acesso reduzido a serviços de saúde presenciais, o projeto "Cuidado farmacêutico no enfrentamento à pandemia de COVID-19: acompanhamento, acolhimento e estratégias para autocuidado" foi um serviço desenvolvido no âmbito do Departamento de Tecnologia Far-

macêutica (MTC) e do Departamento de Farmácia e Administração Farmacêutica (MAP) da Faculdade de Farmácia (CMF) da UFF, que teve como objetivo promover o cuidado farmacêutico e o acolhimento a indivíduos da comunidade interna e externa da universidade, através de chamadas de áudio em vídeo, a fim de realizar o acompanhamento farmacoterapêutico e orientações sobre autocuidado, minimizando os impactos da pandemia na saúde.

O projeto foi divulgado através de mídias sociais e captou indivíduos interessados nos atendimentos de cuidado farmacêutico, ilados tiveram prioridade no momento de seleção para os atendimentos. Cada paciente recebeu 4 atendimentos, realizados quinzenalmente, organizados da seguinte forma: (1) Primeiro atendimento: acolhimento inicial e preenchimento do questionário com as informações relatadas pelos participantes; (2) Segundo atendimento: acolhimento, questionamentos adicionais sobre aspectos discutidos entre a equipe do projeto, a fim de esclarecer determinadas questões e realização de orientações iniciais; (3) Terceiro atendimento: acompanhamento farmacoterapêutico e orientações sobre autocuidado; (4) Quarto atendimento: feedback dos participantes sobre as orientações transmitidas através desta ação.

De forma, mesmo com as restrições para atendimentos presenciais, o projeto contou com um grupo da sociedade, e também despertou o interesse de alunos de graduação em Farmácia nessa área de atuação.

É importante destacar que este projeto não interferiu na terapia medicamentosa do paciente, precisou por outros profissionais. Quando foram detectadas interações medicamentosas, por exemplo, foi sugerido que o paciente entrasse em contato com o(s) prescritor(es) para comunicar estas informações que foram transmitidas.

Esta experiência promoveu acolhimento a mais de 30 indivíduos, que participaram dos atendimentos nesta primeira etapa do projeto (setembro/2020 a janeiro/2021).

Além disso, trouxe orientações importantes e individualizadas sobre interações medicamentosas e formas de utilização de medicamentos, assim como orientações simples e viáveis de autocuidado, a fim de contribuir e integrar diferentes aspectos da saúde (física, mental e emocional).



Mais informações:

Coordenação:

Coordenadora:
Profa. Dra. Gleyce Moreno Barbosa
gleycemorenobarbosa@cf.uff.br
Departamento de Tecnologia Farmacêutica
Faculdade de Farmácia
Niterói, RJ

Equipe:

Profa. Dra. Bettina Monika Roppelt
(Departamento de Tecnologia Farmacêutica)
Profa. Dra. Sabrina Cell Elias
(Departamento de Farmácia e Administração Farmacêutica)
Carolina Nunes Vieira (Graduanda em Farmácia)
Sarah Nideck Ferreira da Faria (Graduanda em Farmácia)
Thamires Lopes da Silva (Graduanda em Farmácia)

Contato:

Site: <https://linktr.ee/GleyceMorenoBarbosa>
Projeto de Extensão-Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICs/UFF)
Site: <https://linktr.ee/Picisuff>

Figura 2. Orientações de exercícios baseados em Yoga. Fonte: Universidade Federal Fluminense [UFF], 2021.

Cuidado Farmacêutico

 Objetivo <ul style="list-style-type: none"> Promover o cuidado farmacêutico, através de atendimento via chamada de áudio/vídeo, a fim de realizar o acompanhamento e acolhimento, e orientar sobre estratégias para o autocuidado. 	Público alvo <ul style="list-style-type: none"> Idosos (preferencialmente); Polifarmácia. 
Divulgação <ul style="list-style-type: none"> Instagram e Whatsapp. 	 Equipe <ul style="list-style-type: none"> Docentes da Faculdade de Farmácia/UFP; Alunos de graduação em Farmácia.

Figura 3. Apresentação preliminar do projeto. Fonte: Grupo Interdisciplinar de Pesquisa, Ensino, Tecnologia e Inovação em Saúde - GIPETIS UFF (2021).

Uma docente da equipe apresenta experiências em algumas práticas integrativas e complementares; dessa forma, para cada caso, estruturava as melhores orientações para os pacientes, sugerindo principalmente óleos essenciais (aromaterapia), florais, meditação, exercícios de respiração, automassagem, e exercícios simples baseados em yoga, com movimentos leves que favorecem as articulações. Adicionalmente, a equipe era composta por uma docente com ampla experiência em Farmacologia; e outra docente com extensa experiência em Fitoterapia. Abaixo estão alguns trechos dos depoimentos das docentes:

"O trabalho no projeto de extensão de cuidado farmacêutico foi uma experiência interessante, principalmente devido ao fato do momento em que ele foi executado. O desenvolvimento em plena pandemia, antes mesmo de se falar sobre teleatendimento farmacêutico, foi desafiador e interessante. Como professora de farmacologia inserida no projeto, me coube orientar sobre as questões do uso de medicamentos, possíveis interações medicamentosas e como ter o melhor manejo da terapia. De tal forma que pudéssemos propiciar o uso adequado dos medicamentos, minimizando seus problemas. Fazíamos reuniões periódicas, com todos os participantes do projeto, para discutir a melhor orientação a ser prestada, bem como pensar em PICS para indicar para os indivíduos de acordo com suas queixas." (docente 1)

"O uso de plantas medicinais e fitoterápicos é uma das PICS mais aceitas e usadas pela população em geral, que tem o hábito de fazer o uso muitas vezes sem orientação de um profissional de saúde. Para cada caso foi estudada a possibilidade do uso de plantas medicinais para reduzir a ansiedade e melhorar a qualidade do sono, uma das maiores demandas no tempo da pandemia da COVID-19. Os discentes foram estimulados a sugerirem duas a quatro plantas de modo que pudessem dar oportunidade ao usuário a autonomia de escolha. Na maioria das vezes a escolha foi baseada na facilidade em obter a planta medicinal na forma de sachê. Houve também a orientação em relação a forma de preparo, posologia, tempo de uso e interações farmacológicas entre os medicamentos e as plantas medicinais." (docente 2)

"Apesar do nosso interesse e motivação para o desenvolvimento do projeto, tivemos algumas limitações. No entanto, como foi uma proposta inovadora desenvolvida por esta equipe, todas as estratégias foram sendo desenvolvidas e implementadas ao longo do projeto, demandando um tempo de planejamento. Por outro lado, de forma positiva, foram gerados recursos de áudio,

vídeo e texto que eram compartilhados com os participantes para que pudessem utilizar as orientações para o autocuidado. Considero que a experiência foi muito satisfatória, sendo necessário aparar algumas arestas para o melhor desenvolvimento do projeto, além de (em médio a longo prazo) estruturar uma equipe multiprofissional para ampliar o cuidado em saúde, com a participação do profissional farmacêutico! É um projeto que pretendo continuar, pois visualizo benefícios diretos aos participantes!" (docente 3)

O projeto atendeu principalmente indivíduos idosos, pois estes normalmente utilizam muitos medicamentos, e podem ser indivíduos mais vulneráveis na situação de distanciamento social ocasionada pela COVID-19. Destaca-se que o projeto também atendeu alguns indivíduos jovens. De forma geral, os participantes que completaram os atendimentos estavam atentos em relação às orientações sobre os medicamentos; e relataram melhora de bem-estar e de qualidade de vida ao utilizar algumas orientações sobre autocuidado indicadas pelo projeto.

A equipe do projeto percebeu que a metodologia desenvolvida pode ser utilizada por outros profissionais de saúde, tanto para o acompanhamento dos pacientes, quanto para a realização de pesquisas que envolvam o atendimento no formato *online*.

Mesmo não havendo impacto econômico direto, a equipe do projeto prevê a possibilidade de redução de gastos com deslocamentos e possivelmente com medicamentos, visto que estratégias relacionadas ao autocuidado estão diretamente relacionadas à promoção da saúde. Além disso, devido à tecnologia promovida por aplicativos e pela internet, foi possível realizar atendimentos de indivíduos que vivem em diferentes estados brasileiros, o que não seria possível considerando somente o atendimento presencial.

Discussão

No presente trabalho, os atendimentos realizados se basearam no conceito de saúde integral, que compreende que todas as áreas e aspectos da vida, incluindo as relações com outros indivíduos e com o meio ambiente, devem estar equilibrados. Essa forma de saúde permite que o indivíduo esteja em plena harmonia, e perceba seu estado de bem-estar, garantindo a manutenção de sua saúde e realização de atividades diárias. Esta visão corrobora com o olhar das PICS que realizam os tratamentos ou atendimentos de acordo com as características e queixas específicas de cada indivíduo. Essas práticas não preveem um protocolo único de tratamento para todos os casos relacionados a uma mesma doença, por exemplo. Portanto, a MTCI caminha no sentido de contribuir para a promoção da saúde, de forma profilática e/ou terapêutica, representando possibilidades de tratamento, assim como a medicina alopática. Deste modo, estas medicinas podem caminhar juntas com o foco principal de trazer benefícios aos pacientes.

De acordo com o Relatório de Monitoramento das PICS no Brasil, publicado em julho de 2020, o número de municípios que oferecem o tratamento individual em PICS é de 4.296, aproximadamente 77% dos municípios brasileiros, sendo 90% dos serviços ofertados na Atenção Básica (Ministério da Saúde, 2020). A Atenção Básica é considerada a porta de entrada do indivíduo no sistema de saúde, sendo esta responsável pela promoção, proteção e recuperação da saúde. Somente nas Unidades Básicas de Saúde (UBS) mais de 2 milhões de tratamentos em PICS já foram realizados, sendo cerca de 1 milhão em Medicina Tradicional Chinesa, 85 mil em Fitoterapia e 13 mil em Homeopatia (Ministério da Saúde, 2022).

Sob a perspectiva da farmacoterapia, um projeto de implantação de cuidado farmacêutico, realizado no município de Curitiba, evidenciou que, através de um contato individual com o paciente durante o tratamento, foi possível identificar falhas da farmacoterapia. Nesta ação, mais de 60% dos pacientes obtiveram melhora na adesão ao tratamento, 62% fizeram novos exames relacionados a doenças que estavam sem assistência

adequada, e 37% tiveram mudanças feitas em sua terapia graças ao acompanhamento pelo farmacêutico (Ministério da Saúde, 2015). Somado a isso, a implementação de tratamentos não farmacológicos são excelentes alternativas para auxiliar no tratamento de doenças e melhorar a qualidade de vida dos pacientes, como as PICS.

O Conselho Federal de Farmácia regulamentou as atribuições clínicas do farmacêutico, através da Resolução nº 585 (CFF, 2013a). Também regulamentou a prescrição farmacêutica, através da Resolução nº 586 (CFF, 2013b). A prescrição farmacêutica envolve terapias farmacológicas e não farmacológicas. Em relação aos medicamentos, o farmacêutico pode prescrever medicamentos industrializados ou magistrais (incluindo alopáticos e dinamizados), cuja dispensação não exija prescrição médica, plantas medicinais e drogas vegetais. Neste projeto, a equipe optou por não realizar prescrições de medicamentos, mas somente orientações em relação ao uso de medicamentos previamente prescritos e orientações direcionadas ao autocuidado (sem a utilização de medicamentos), sob a perspectiva da telefarmácia, regulamentada pela Resolução nº 727 (CFF, 2022). Um aspecto que merece destaque é que este projeto foi desenvolvido em 2020, antes da normativa do CFF que regulamentou a telefarmácia.

Apropriadamente, o Conselho Federal de Farmácia (CFF) também já reconhece a atuação do farmacêutico em algumas práticas específicas, como medicina tradicional chinesa (CFF, 2009), homeopatia (CFF, 2005), plantas medicinais e fitoterapia (CFF, 2008), antroposofia (CFF, 2007), terapia floral (CFF, 2015) e ozonioterapia (CFF, 2020). Para atuação nestas práticas, o conselho prevê formação como especialização, ou através de cursos com carga horária mínima definida. Estas recomendações ocorrem porque a formação em farmácia está baseada principalmente na farmacologia de medicamentos alopáticos, não incluindo a formação em medicinas tradicionais, complementares ou integrativas. Quando está incluída na formação, normalmente é direcionada apenas para homeopatia e/ou fitoterapia, e as demais práticas não são contempladas.

A atuação do farmacêutico como profissional do cuidado, por meio do cuidado farmacêutico e das PICS, é reconhecida pelo CFF. Esta atuação pode ocorrer em unidades de saúde, hospitais, drogarias, farmácias de manipulação e consultório farmacêutico, por exemplo. No caso de atendimentos presenciais, o farmacêutico realiza a consulta ou atendimento em local privado e seguro ao paciente, apresentando a vantagem de realizar um acolhimento mais adequado e incluir outros procedimentos relacionados à saúde, como aferição da pressão arterial, por exemplo. Neste projeto os atendimentos foram realizados no formato virtual ou *online*, devido ao momento da pandemia de COVID-19. É importante destacar que os atendimentos foram realizados da melhor forma possível, de forma que o paciente se sentisse acolhido e percebesse os benefícios promovidos.

Diferentes profissionais de saúde estão adaptando seus atendimentos para o formato *online*, ou para o modelo por contato telefônico (teleatendimento), abrangendo os profissionais da Farmácia, conforme relatado por Gossenheimer et al. (2020). Inclusive esta última medida foi adotada pelo próprio Ministério da Saúde, a fim de acompanhar a evolução de pacientes com suspeita de COVID-19. Essa é uma estratégia importante que minimiza custos relacionados ao espaço físico e ao deslocamento do paciente; entretanto, apresenta algumas perdas em relação ao atendimento presencial.

É importante destacar que os meios de comunicação também estão divulgando muitas orientações e atividades relacionadas ao autocuidado. Entretanto, o diferencial deste projeto foi o acompanhamento e acolhimento individualizado dos participantes, que foi realizado por docentes e estudantes do curso de graduação em Farmácia, futuros profissionais de saúde.

No presente trabalho, para que os participantes fossem atendidos, foi necessária a disponibilidade de acesso à internet, sendo uma limitação do projeto. Outra limitação foi a descontinuidade dos participantes por questões pessoais, pelo impacto da pandemia, dentre outros. A equipe tentou contactá-los e não houve

retorno em alguns casos para dar continuidade aos atendimentos. A equipe se questionou em relação ao acesso à internet, visto que o projeto necessitava de um dispositivo eletrônico com este acesso. A equipe também se questionou como elaborar uma proposta neste formato que seja capaz de alcançar e proporcionar atendimento a indivíduos que se apresentem em situação de vulnerabilidade. Com o decorrer do trabalho, surgiu a proposta de integração de equipe multiprofissional, visto que foi identificada a necessidade de indicar primariamente acompanhamento psicológico e por nutricionista.

Dessa forma, percebe-se que essa ação de extensão universitária foi capaz de aliar diferentes elementos, se correlacionando também a uma vivência prática para os estudantes de graduação em farmácia, compatível com a atuação profissional. Enquanto extensão, a ação atendeu a comunidade não acadêmica, e apresentou uma nova perspectiva para o telecuidado farmacêutico, que pode ser aplicada tanto em ambiente virtual quanto presencial, inclusive em unidades de saúde. Em relação aos desafios na ação extensionista, apesar de atingirmos diferentes estados, verificamos a importância de nos conectar a instituições de saúde pública locais, a fim de divulgarmos essas ações, para alcançarmos indivíduos que provavelmente não têm acesso a esse cuidado.

A literatura ainda carece de ações extensionistas e pesquisas sobre o telecuidado farmacêutico, tanto direcionado ao cuidado farmacêutico quanto às orientações sobre as PICS. Neste cenário, o presente relato de experiência contribui de forma significativa enquanto experiência de extensão universitária, capaz de realizar o acolhimento dos indivíduos, o cuidado farmacêutico e orientações sobre o autocuidado.

Considerações finais

O presente trabalho possibilitou que as estudantes acompanhassem situações práticas semelhantes às que encontrariam em uma situação de consultório farmacêutico, integrando diferentes aspectos de seu aprendizado: farmacologia, conhecimento em plantas medicinais e PICS. Além disso, possibilitou o desenvolvimento de habilidades referentes ao acolhimento de pacientes, no formato *online*. Dessa forma, mesmo com as restrições para atendimentos presenciais, o projeto contribuiu com um grupo da sociedade, e despertou o interesse de alunos de graduação em Farmácia nesta área de atuação.

Através deste projeto, pretende-se, em longo prazo, estabelecer uma cultura de autocuidado em saúde na população atendida, a fim de que realizem ações que possibilitem a manutenção da saúde. Em longo prazo, espera-se que iniciativas como esta reduzam o agravamento ou cronicidade de enfermidades, diminuindo os gastos no SUS, minimizando internações, reduzindo a morbidade, e aumentando a qualidade de vida dos indivíduos. Sabendo que a população brasileira não apresenta uma cultura de promoção à saúde, com atitudes preventivas, à medida que forem realizados projetos com estas características, provavelmente isto será alterado em longo prazo.

Agradecimentos

À Faculdade de Farmácia, às Pró-Reitorias de Extensão, Pesquisa e Graduação da UFF (PROPPI-PROGRAD-PROEX/UFF) pelo fomento ao projeto com bolsas para estudantes.

Contribuição de cada autor

A.P.S analisou e interpretou os dados, organizou o manuscrito e escreveu o texto final. As autoras C.N.V., S.N.F.F, T.L.S e M.V.A.P contribuíram no planejamento da ação extensionista, acompanharam os atendimentos, participaram das orientações em PICS referentes ao autocuidado e da revisão do manuscrito. As autoras B.M.R

e S.C.E. orientaram as alunas e fizeram a revisão intelectual crítica. G.M.B concebeu, planejou, orientou, executou as atividades, coordenou o projeto e foi responsável pela aprovação final para a publicação.

Referências

- Ben-Arye, E., Ali-Shtayeh, M. S., Nejmi, M., Schiff, E., Hassan, E., Mutafoglu, K., ... & Silberman, M. (2011). Integrative oncology research in the Middle East: Weaving traditional and complementary medicine in supportive care. *Support Care Cancer*, 20(3), 557–564. <https://doi.org/10.1007/s00520-011-1121-0>
- Cardoso, F. S. (2023). Confinamento, a importância da percepção de controlo-descontrolo e risco de manifestação de depressão, de ansiedade e de stress. *Territorium*, 30(1), 45-59. https://doi.org/10.14195/1647-7723_30-1_4
- Chiabai, J. V. R., Acerbi, M. J. A., Gonçalves, G. B., & Poton, W.L (2023). Polifarmácia e risco de quedas em idosos. *Revista Foco*, 16(5), e1750. <https://doi.org/10.54751/revistafoco.v16n5-018>
- Conselho Federal de Farmácia (CFF). (2005). *Resolução n. 440*, de 26 de outubro de 2005. Dá nova redação à Resolução nº 335/98 do Conselho Federal de Farmácia, que dispõe sobre as prerrogativas para o exercício da responsabilidade técnica em homeopatia. Diário Oficial da União, s.1, p. 147.
- Conselho Federal de Farmácia (CFF) (2007). *Resolução n. 465*, de 24 de julho de 2007. Dispõe sobre as atribuições do farmacêutico no âmbito da Farmácia Antroposófica e dá outras providências.
- Conselho Federal de Farmácia (CFF) (2008). *Resolução n. 477*, de 28 de maio de 2008. Dispõe sobre as atribuições do farmacêutico no âmbito das plantas medicinais e fitoterápicos e dá outras providências.
- Conselho Federal de Farmácia (CFF) (2009). *Resolução n. 516*, de 26 de novembro de 2009. Define os aspectos técnicos do exercício da Acupuntura na Medicina Tradicional Chinesa como especialidade do farmacêutico.
- Conselho Federal de Farmácia (CFF) (2013a). *Resolução n. 585*, de 29 de agosto de 2013. Regulamenta as atribuições clínicas do farmacêutico e dá outras providências. Diário Oficial da União, s.1, p. 186.
- Conselho Federal de Farmácia (CFF) (2013b). *Resolução n. 586*, de 29 de agosto de 2013. Regula a prescrição farmacêutica e dá outras providências. Diário Oficial da União, s.1, p. 136.
- Conselho Federal de Farmácia (CFF) (2015). *Resolução n. 611*, de 29 de maio de 2015. Dispõe sobre as atribuições clínicas do farmacêutico no âmbito da floralterapia, e dá outras providências. Diário Oficial da União, s.1, p. 54.
- Conselho Federal de Farmácia (CFF) (2020). *Resolução n. 685*, de 30 de janeiro de 2020. Regulamenta a atribuição do farmacêutico na prática da ozonioterapia. Diário Oficial da União, s.1, p. 267-269.
- Conselho Federal de Farmácia (CFF) (2022) *Resolução n. 727*, de 30 de junho de 2022. Dispõe sobre a regulamentação da Telefarmácia. Diário Oficial da União, s.1, p. 179.
- Deng, G., & Cassileth, B. (2014). Integrative oncology: An overview. *American Society of Clinical Oncology Educational Book*, 34(1), 233-242. https://doi.org/10.14694/EdBook_AM.2014.34.233
- Gossenheimer, A. N., Rigo, A. P., & Schneiders, R.E. (2020). Organização do serviço de telecuidado farmacêutico como estratégia de combate à COVID-19 no Rio Grande do Sul. *Revista Eletrônica da Administração*, 26(3), 524-535. <https://doi.org/10.1590/1413-2311.293.109474>
- Grupo Interdisciplinar de Pesquisa, Ensino, Tecnologia e Inovação em Saúde. GIPETIS UFF. (2021). Definhamento na pandemia. <https://www.youtube.com/live/0ToDnlp8E1w?si=MBplubqWUdQQ0Kie>

Hepler, C. D., & Strand, L. M. (1990). Opportunities and responsibilities in pharmaceutical care. *American Journal of Hospital Pharmacy*, 47(3), 533-543.

Lobato, L. C., Campos, L. O., Caetano, S. A., & Braz, W. R. (2019). Cuidados farmacêuticos no tratamento oncológico: Uma revisão integrativa da literatura. *Revista Conexão Ciência Online*, 14(1), 31-38. <https://doi.org/10.24862/cco.v14i1.880>

Ministério da Saúde (2015). *Resultados do projeto de implantação do cuidado farmacêutico no Município de Curitiba*. Brasília: Secretaria de Ciência, Tecnologia e Insumos Estratégicos. Departamento de Assistência Farmacêutica Insumos Estratégicos, Ministério da Saúde.

Ministério da Saúde (2020). *Relatório de Monitoramento Nacional das Práticas Integrativas e Complementares em Saúde nos Sistemas de Informação em Saúde*. Brasília: Secretaria de Atenção Primária à Saúde, Ministério da Saúde.

Ministério da Saúde. (2022). *Práticas Integrativas e Complementares (PICS)*. Recuperado de <https://www.gov.br/saude/pt-br/composicao/saps/pics>

Novaes, M. R. C. G., Nunes, M. S., & Bezerra, V. S. (2020) *Guia de Boas Práticas em Farmácia Hospitalar e Serviços de Saúde*. São Paulo: Manole.

Observatório Nacional de Saberes e Práticas Tradicionais, Integrativas e Complementares em Saúde. ObservaPICS. (2021). PICS cuidam do bem-estar de 61,7% dos brasileiros durante pandemia. *Boletim Evidências do ObservaPICS*, 7.

Telesi, E. (2016). Práticas integrativas e complementares em saúde, uma nova eficácia para o SUS. *Estudos Avançados*, 30(86), 99-112. <https://doi.org/10.1590/S0103-40142016.00100007>

Universidade Federal Fluminense - UFF (2021). Catálogo de Tecnologias Sociais UFF 2021. Recuperado de https://tecnologiasocial.uff.br/?page_id=6151

Yüce, U. O. & Taşçı, S. (2021). Effect of Reiki on the stress level of caregivers of patients with cancer: Qualitative and single-blind randomized controlled trial. *Complementary Therapies in Medicine*, 58, 102708. <https://doi.org/10.1016/j.ctim.2021.102708>

Como citar este artigo:

Souza, A. P. de, Vieira, C. N., Faria, S. N. F. de, Silva, T. L. da, Pereira, M. V. A., Ruppelt, B. M., Calil-Elias, S., & Barbosa, G. M. (2025). Telecuidado farmacêutico no enfrentamento à pandemia de COVID-19: Acompanhamento, acolhimento e incorporação das Práticas Integrativas e Complementares em Saúde no autocuidado. *Revista Brasileira de Extensão Universitária*, 16(3), 313-325.
